

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN ASUPAN, AKTIFITAS FISIK, DAN STATUS GIZI PASIEN
DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RSUD DR. M. HAULUSSY AMBON**



**Sebagai Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Kesehatan
Pada Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku**

Disusun Oleh :

**SITI RUQAYAH
NIM P07131023063**

**JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALUKU
2026**

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah Oleh Siti Ruqayah, NIM : P07131023063, Dengan Judul "Gambaran Asupan, Aktifitas Fisik, dan Status Gizi Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di RSUD dr. M. Haulussy Ambon" telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji pada tanggal 11 Mei 2026.

Dewan Penguji

Penguji Ketua



Junieni, S.Gz., M.Si
NIP. 197908062010122001

Penguji Anggota II



Nilfar Ruaida, SKM., MPH
NIP. 197406061997032001

Penguji Anggota III



Khartini Kaluku S.Gz., M.Kes
NIP. 198304212006042002

Mengesahkan,
Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes



DR. Betty Anthoineta Sahertian, S.Pd., M.Kes
NIP. 197108121994032001

Mengetahui
Ketua Jurusan Gizi



Santi Aprilian Lestalu, S.Gz., M.P.H
NIP. 198104092005012003

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul "Gambaran Asupan, Aktivitas Fisik, dan Status Gizi Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD dr. M. Haulussy Ambon" sebagai salah satu syarat menyelesaikan Pendidikan Diploma III Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku.

Ucapan terima kasih dengan tulus dan penuh rasa hormat penulis sampaikan kepada Pembimbing ibu Khartini Kaluku, S.Gz., M.Kes yang telah mengorbankan waktu, tenaga, dan pikiran dalam membantu serta membimbing penulis sejak Usulan Penelitian hingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Pada kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih dan penghargaan kepada:

1. Dr. Betty Anthoineta Sahertian, S.Pd., M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti Pendidikan pada Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku.
2. dr. Novita Felicia Nikijuluw, M.Kes selaku Direktur RSUD dr. M. Haulussy Ambon yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.

3. Santi Aprilian Lestaluhu, S.Gz., M.P.H selaku Ketua Jurusan Gizi yang telah memberikan motivasi dan arahan selama penulis mengikuti pendidikan.
4. Junieni, S.Gz., M.Si selaku penguji I yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk menguji dan memberikan saran, arahan kepada peneliti dalam perbaikan Karya Tulis Ilmiah.
5. Nilfar Ruaida, S.KM., MPH selaku penguji II yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk menguji dan memberikan saran, arahan kepada peneliti dalam perbaikan Karya Tulis Ilmiah.
6. Orang tua tercinta bapak Yamin dan ibu Ija yang telah memberikan doa, dukungan, dan motivasi yang tiada henti kepada penulis.
7. Sahabat yang tercinta Mardona Sitaniapessy, Faradika Sopalaw, dan teman-teman seperjuangan Jurusan Gizi angkatan 2023 yang selalu memberikan dorongan dan masukan kepada penulis dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.

Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca, dan semoga Allah SWT selalu melimpahkan rahmat-Nya kepada kita semua.

Ambon, Mei 2026

Penulis

ABSTRAK

GAMBARAN ASUPAN, AKTIFITAS FISIK, DAN STATUS GIZI PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RSUD DR. M. HAULUSSY AMBON **Siti Ruqayah*) Khartini Kaluku**)**

Latar Belakang: Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2) merupakan penyakit kronis yang prevalensinya terus meningkat secara global. Asupan gizi yang tidak adekuat, rendahnya aktivitas fisik, dan status gizi yang tidak terkontrol merupakan faktor penting dalam pengelolaan DMT2. Di RSUD dr. M. Haulussy Ambon, kasus DMT2 menunjukkan tren peningkatan yang signifikan setiap tahunnya.

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui gambaran asupan gizi, aktivitas fisik, dan status gizi pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD dr. M. Haulussy Ambon.

Metodologi: Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Penelitian dilaksanakan di ruang Cendrawasih RSUD dr. M. Haulussy Ambon pada bulan April 2026. Sampel berjumlah 4 orang pasien DMT2 yang diambil menggunakan teknik total sampling. Pengambilan data asupan dilakukan menggunakan formulir Food Recall 24 jam sebanyak 2 kali, aktivitas fisik menggunakan kuesioner IPAQ, dan status gizi dinilai berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT).

Hasil Penelitian: Asupan energi 50% responden dalam kategori Baik, asupan protein 75% dalam kategori Kurang/Buruk, asupan lemak 75% dalam kategori Cukup, dan asupan karbohidrat terdistribusi merata di semua kategori. Seluruh responden (100%) memiliki aktivitas fisik kategori Rendah dengan skor IPAQ 56,5–229,5 MET-menit/minggu. Status gizi 75% responden Normal dan 25% Obesitas.

Kesimpulan: Asupan protein mayoritas kurang, aktivitas fisik seluruh responden rendah, dan status gizi sebagian besar normal dengan satu responden obesitas.

Kata kunci: Asupan Gizi, Aktivitas Fisik, Status Gizi, Diabetes Melitus Tipe 2

*) Mahasiswa Jurusan Gizi (Penulis)

**) Dosen Jurusan Gizi (Pembimbing)